

## **Аннотация рабочей программы учебной дисциплины Б1.Б.5 «Физическая культура»**

### **1. Место дисциплины в структуре ОПОП**

Учебная дисциплина «Физическая культура» в основной профессиональной образовательной программе (ОПОП) направления подготовки 15.03.04 «Автоматизация технологических процессов и производств» относится к дисциплинам базовой части блока 1 «Дисциплины (модули)» (Б1.Б.5).

### **2. Цель изучения дисциплины**

Целями освоения дисциплины «Физическая культура» являются формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизиологической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности.

### **3. Структура дисциплины**

Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. Социально-биологические основы физической культуры. Основы здорового образа жизни студента. Физическая культура в обеспечении здоровья. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности. Общая физическая и специальная подготовка в системе физического воспитания. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями. Спорт. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений. Особенности занятий избранным видом спорта или системой физических упражнений. Самоконтроль занимающихся физическими упражнениями и спортом. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Особенности ППФП студентов по избранному направлению подготовки или специальности.

### **4. Требования к результатам освоения дисциплины**

Студент по итогам изучения курса должен обладать рядом компетенций: способностью поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (ОК-7).

В результате освоения дисциплины студент должен:

*знать:*

- о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
- основы здорового образа жизни.

### **5. Общая трудоемкость дисциплины**

2 зачетных единицы (72 академических часа).

### **Формы контроля**

Промежуточная аттестация – зачет.

Составитель Ихсанов Ильяс Сагитович, доцент кафедры ФВиС.